



SAISON 2023-2024 (Voir calendrier)



Rentrée le Mardi 12/09/2023

Activité régulière le mardi après-midi et soir - Espace Francois Villon
Ateliers - Maison des Associations MDA

MARDI JOUR	Espace François Villon (Fond de Chars Osny)		
Forfait	Activité	heure	TARIF -2022-2023
F1	HATHA YOGA	14h00-15h15	120 €
F2	YOGA NIDRA -MEDITATION	15h15-16h15	120 €
F3	HATHA YOGA -YOGA NIDRA/ MEDITATION	14h00-16h15	190 €
MARDI SOIR			
FA	HATHA YOGA	18h00-19h00	120 €
FB	HATHA YOGA	19h00-20h15	120 €
F+	YOGA PLUS : Hatha Yoga- Pranayama-Yoga Nidra -Méditation	19h00-21h15	190 €
Dimanche matin	MDA Maison Des Associations (derrière la Mémo au centre Osny)		
Activité 9h30-12h	ATELIERS	Date	TARIF -2023-2024
	YOGA & YOGA DU SON "découverte"	08-oct-23	30 €
	YOGA, INTUITION et PERCEPTIONS	22-oct-23	
	BOOSTER SA CREATIVITÉ	28-janv-23	
	YOGA BALLE "découverte"	17-mars-24	
	CHOIX INTUITIFS	28-avr-24	
	8 à 12 personnes par atelier		
Immersion	En Mars 2024 une journée et une nuitée en PAYS d'Auge "Les jardins du Château de Boutemont"		
CULTURELLE	Visites - Conférences Ex: Danses et musiques d'inde musee du quai Branly (dimanche 15h-17h)		

Règlement annuel: ENSEIGNEMENT + ADHÉSION 20€*

*Prévoir un règlement séparé pour l'enseignement et l'adhésion.

Aucune activité ne sera remboursée en cas d'annulation.

Les activités sont soumises aux règles sanitaires en vigueur et les dates peuvent être modifiées.

Prévoir un certificat médical pour le Hatha Yoga

